

# 7月4日(土) 健康登山参加者募集



市では、皆さんの健康づくりと健康増進を図るため、「健康登山」を実施します。

**とき** 7月4日(土) 6時 中央公民館前集合  
18時・解散予定

\*小雨決行。天候によっては中止する場合があります。

**ところ** 秋田駒ヶ岳

**定員** 45人(応募者多数のときは抽選)

## 登山コース

8合目登山口→片倉岳展望台→阿弥陀池→焼森→  
8合目登山口

\*自然観察指導員と登山歴豊富なメンバーが案内します。登山は、休憩・昼食を含めて4時間。

**対象** 国民健康保険の加入者で13歳から74歳までの健康な方(国民健康保険税の完納世帯に限ります)。

**参加料** 千円(当日徴収)

\*昼食や飲み物は各自持参。登山しやすい服装(登山靴、長袖シャツ、軍手、帽子、雨具など)で参加してください。

## 申し込み方法

往復はがきに、参加者の住所・氏名・生年月日・電話番号を記入し、返信用はがきには、あて名(参加者の住所と氏名)を記入してください。はがき1枚につき1人の申し込みとなります。

**締め切り** 6月12日(金)必着

\*希望者が多いときは抽選のうえ決定し、全員に通知します。また、前回参加出来なかったかたを優先します。

**応募先** 〒017-0044 大館市御成町一丁目11番25号  
秋北観光(株)「健康登山」係

**問** 保険課国保係 ☎43-7047

## ヘルシークッキング講座

どなたでも参加出来ますので、直接会場にお越しください。

**とき** 6月17日(水)10時～11時30分

**ところ** 樹海体育館

**内容** 健診シーズン到来♪『メタボリックシンドロームを探る』

**持ち物** 健康手帳、動きやすい服装、内ズック、汗ふきタオル、筆記用具

**テーマ** 骨の健康を考える～コツ(骨)は「毎日の食事で、コツコツと!」～

**と き** ①6月24日(水)

**参加費** 無料

**受け付け開始** 6月5日(金) 8時30分

**持ち物** 米、エプロン、健康手帳(持っていないかたには当日差し上げます)、筆記用具、味噌汁少量(塩分測定用)

**定員** ①、②とも25人(先着順)

**内容** 栄養士の講話、調理実習、塩分チェック

**ところ** 大館市保健センター

9時30分～13時  
②6月30日(火)  
9時30分～13時

※同じ内容で2回行います。①か②どちらかにお申し込みください。

### 探しています

県では、県内の病院で働いていただける医師を探しています。

親類や知り合いのかたで、県外の病院に勤務されている医師や定年退職された医師、育児などで休職中の女性医師がいましたらご紹介ください。

**問** 秋田県医師確保対策推進室  
☎018-860-1410

### 秋田労災病院だより

**問** 秋田労災病院医事課 ☎52-3131

#### 診療日変更のお知らせ

消化器科……月、火、金(予約制)  
泌尿器科(\*)……木(予約制)  
眼 科……水(予約制)  
耳 鼻 科……水、木

※新患のかたは紹介状が必要です。